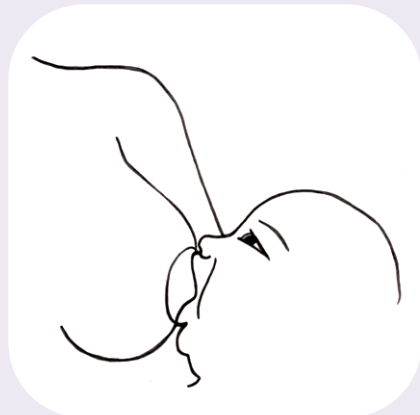
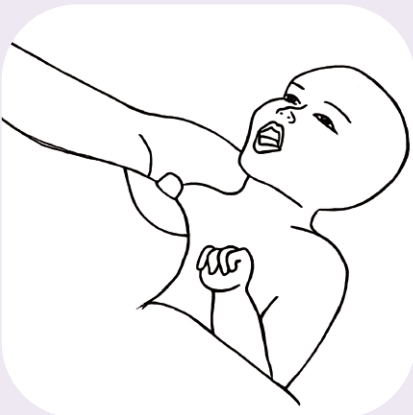


Les positions pour allaiter

La bonne position est celle qui convient à la mère (position confortable, non douloureuse) et dans laquelle le bébé a une succion nutritive. cf p4*

La position du bébé au sein est très importante :

- *Sa tête est légèrement en arrière, tête dans l'axe du corps.*
- *Son menton est collé au sein.*
- *Le mamelon pointe vers le palais du bébé.*
- *La langue est placée sous le mamelon et l'aréole, en gouttière.*
- *Le bébé recouvre plus l'aréole avec sa lèvre inférieure.*
- *Ses lèvres sont complètement retroussées.*



Différentes positions peuvent être utilisées

La position BN est basée sur le concept du « biological nurturing ».

C'est une position particulièrement utile en début d'allaitement, y compris en cas de césarienne.

La mère s'assoit sur le support de son choix (lit, canapé, fauteuil confortable, coussin) en position semi-couchée, inclinée en arrière et détendue.

Le corps du bébé repose entièrement sur le corps de sa mère de telle sorte que l'échange de regard soit possible entre la mère et son bébé.

Le bébé va alors exprimer ses réflexes néonataux et archaïques (comme lors du peau à peau en salle de naissance) en utilisant l'appui plantaire que lui offre le corps de sa mère.



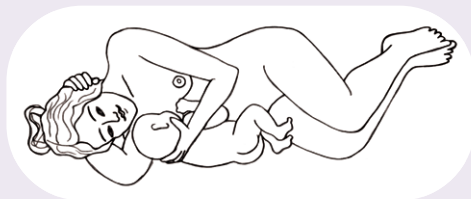
D'autres positions sont possibles :



Madonne



**Madonne
inversée**



Allongée de côté



**Ballon
de rugby**



Califourchon

Quelques conseils

- **Une succion nutritive* c'est :**

Les phases de succion, déglutition, respiration s'enchainent, les pauses sont rares et de courte durée.

- **Le saviez-vous ?**

*En fin de tétée, le bébé tète parfois pour son plaisir :
Son rythme se ralentit,
les déglutitions deviennent rares,
ses yeux se ferment progressivement.*

- **L'allaitement est efficace lorsque :**

*Les couches sont bien mouillées (6 à 8 fois/jour),
les couches sont bien pleines (selles fréquentes et liquides
aspect grumeleux jaune d'or),
le bébé prend du poids régulièrement.*

- **Peser son bébé une fois par semaine est recommandé le premier mois.**



Document réalisé (juin 2016) par le groupe de travail « Allaitement Maternel » présidé par le Dr Anne MERCIER, pédiatre et membre du Conseil d'Administration du Réseau de Périnatalité.

Références bibliographiques

Le guide de l'allaitement maternel. Livret inpes (octobre 2009)

Colson SD, Profession sage-femme n° 181 (01/2012), page 36-38

www.biologicalnurturing.com

Illustrations: Barbara Sellam

